



2026

"Gorputza mugitu,
burua argitu"



"Gorputza mugitu,
burua argitu"



www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

Taldean ibiltzea: ongizaterako lehen urratsa
Onura: bakardadeari aurre egiten dio,
m _____ erregulatzen du.

2026

urtarrila

enero

Otsaila

							1
2	3	4	5	6	7	8	8
9	10	11	12	13	14	15	15
16	17	18	19	20	21	22	22
23	24	25	26	27	28		

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

1

1

2

3^o

4

2

5

6

7

8

9

10^o

11

3

12

13

14

15

16

17

18^o

4

19

20

21

22

23

24

25

5

26^o

27

28

29

30

31

5 Erregeen kabalgata



"Gorputza mugitu,
burua argitu"

www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

Gurpilen gainekeo a _____
*Onura: tentsioak askatzen ditu,
autoestimua hobetzen du.*

2026

otsaila febrero

Martxoa

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 ₃₀	24 ₃₁	25	26	27	28	29

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

5

1^o

6

2

3

4

5

6

7

8

7

9^o

10

11

12

13

14

15

8

16

17^o

18

19

20

21

22

9

23

24^o

25

26

27

28

4 Santa Ageda bezpera

13 Inauteriak: Lintxen etorrera

15 Inauteriak: Herri Inauteri Konpartsa eta Lintxen agurra

"Gorputza mugitu,
burua argitu"

www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

K _____ eta helburu pertsonalak
*Onura: erresilientzia eta alderdi
mentala indartzen ditu.*

2026

martxoa

marzo

Apirila

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

9

1

10

2

3°

4

5

6

7

8 ♀

11

9

10

11°

12

13

14

15

12

16

17

18

19°

20

21

22

13

23 / 30

24 / 31

25°

26

27

28

29

8 Emakume Langilearen Nazioarteko Eguna

"Gorputza mugitu,
burua argitu"



www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

*Mendi-ibilaldiak eta natura
Onura: ingurunearekiko l_____,
estresa gutxitzen du.*

2026

apirila

abril

Maiatza

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

14

1

2^o

3

4

5

15

6

7

8

9

10^o

11

12

16

13

14

15

16

17^o

18

19

17

20

21

22

23

24^o

25

26

18

27

28

29

30

2 Haur eta Gazte Literaturaren Nazioarteko Eguna **23** Liburuaren Nazioarteko Eguna **30** Maitzeko Santikutz Jaiak

"Gorputza mugitu,
burua argitu"



www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

*Jolasak familian: lotura osasuntsuak
Onura: h _____ indartzen ditu,
isolamendu digitala hausten du.*

2026

maiatza

mayo

Ekaina

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

18

1^o

2

3

19

4

5

6

7

8

9^o

10

20

11

12

13

14

15

16^o

17

21

18

19

20

21

22

23^o

24

22

25

26

27

28

29

30

31^o

1,2,3 Maitzeko Santikutz Jaiak 3 Santikutz Eguna

4 Santikutz Txiki Eguna 10 Mirandaola Eguna

"Gorputza mugitu,
burua argitu"



www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

*Taldeko k ___ izatea
Onura: identitate-zentzua
eta motibazio partekatua.*

2026

ekaina

junio

Uztaila

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

23

1

2

3

4

5

6

7

24

8^o

9

10

11

12

13

14

25

15^o

16

17

18

19

20

21^o

26

22

23

24

25

26

27

28

27

29

30^o

5 Nazioarteko Ingurumen Eguna 11 Oilar jokoa

24 San Joan Eguna: Telleriarteko jaiak

12,13,14 Hegialdeko jaiak 23 San Joan bezpera

28 Nazioarteko Sexu Askapenerako Eguna

"Gorputza mugitu,
burua argitu"



www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

1geriketa eta buruko f_____
Onura: arintasun-sentsazioa, erlaxazio sakona

2026

uztaila julio

Abuztua

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

27

1

2

3

4

5

28

6

7[°]

8

9

10

11

12

29

13

14[°]

15

16

17

18

19

30

20

21[°]

22

23

24

25

26

31

27

28

29[°]

30

31

18 Santa Marina eguna: Aztiriko jaiak

31 San Inazio eguna: San Inazioko jaiak

"Gorputza mugitu,
burua argitu"



www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

KOZ. Koordinazioa, oreka eta indarra
Onura: gorputza sendotu eta eguneroko
m _____ errazten ditu.

2026

abuztua agosto

Agorra

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

31

1

2

32

3

4

5

6°

7

8

9

33

10

11

12°

13

14

15

16

34

17

18

19

20°

21

22

23

35

24
31

25

26

27

28°

29

30

28 San Agustin eguna: Brinkolako jaiak

"Gorputza mugitu,
burua argitu"



www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

*Arte martzialak: barne-oreka
Onura: agresibitatea arautzen du,
diziplina e _____.*

2026

agorria septiembre

Urria

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

36

1

2

3

4^o

5

6

37

7

8

9

10

11^o

12

13

38

14

15

16

17

18^o

19

20

39

21

22

23

24

25

26^o

27

40

28

29

30

6 Gipuzkoako Artzain Eguna **8** Arantzazura Erromesaldia
11,12,13 Agorreko Santikutz Jaiak **14** Agorreko Santikutz eguna
14-20 Mugikortasun astea **20** Korostiagara igoera eta erromeria
29 San Migel eguna **26** Erreka eta Elkargunearen eguna

"Gorputza mugitu,
burua argitu"



www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

*Dantzatzea emozioak askatzeko
Onura: gorputz-adierazpena,
a _____ kolektiboa.*

2026

urria

octubre

Azaroa

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

40

1

2

3^o

4

41

5

6

7

8

9

10^o

11

42

12

13

14

15

16

17

18^o

43

19

20

21

22

23

24

25

44

26^o

27

28

29

30

31

17 Kulturen Arteko Eguna 24 Liburutegien Nazioarteko Eguna 25 Ardanbidetako Erromeria



"Gorputza mugitu,
burua argitu"

www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

Gimnasia eta zahartze aktiboa
Onura: narriadura kognitiboa saihesten du,
a _____ indartzen du.

2026

azaroa

noviembre

Abendua

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

44

1

45

2

3

4

5

6

7

8

46

9°

10

11

12

13

14

15

47

16

17°

18

19

20

21

22

48

23
30

24°

25

26

27

28

29

25 Emakumeen aurkako Indarkeria desagerrarazteko Nazioarteko Eguna

"Gorputza mugitu,
burua argitu"

www.legazpi.eus

web orrian sartu eta
hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria
lor dezakezu

A _____ ere osasuna da
*Onura: nerbio-sistema erregulatzen du,
energia agortzea saihesten du.*

2026

abendua

diciembre

Urtarrila

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

astelehena

asteartea

asteazkena

osteguna

ostirala

larunbata

igandea

49

1^o

2

3

4

5

6

50

7

8

9^o

10

11

12

13

51

14

15

16

17^o

18

19

20

52

21

22

23

24^o

25

26

27

53

28

29

30^o

31

3 Euskararen Nazioarteko Eguna 5 San Nikolas bezpera 24 Gabon Eguna: Gabon Errondak

Telefono interesgarriak

SOS Deiak	112
Ertzaintza (Zumarraga)	943 53 47 60
Ospitalea (Zumarraga)	943 03 50 00
Osasun Zentroa	943 03 52 10
Udaletxea Udalerri bertatik	010
Kanpotik	943 73 70 30
Udaltzaingoa Udalerri bertatik	092
Kanpotik	943 10 96 62
Bikuña Kiroldgia	943 73 12 43
Kultur Etxea	943 73 72 02
KZ Gunea	943 02 36 63
Liburutegia	943 73 71 86
Gazte informazioa	943 73 72 03
Udal Euskaltegia	843 74 00 90
Santikutz Egoitza	943 73 00 71
Legazpiko Epaitegia	943 73 71 70
Parrokia	943 73 07 04
Gizarte Zentroa	943 73 12 76
Postetxea	943 73 07 45
Doinua Musika Eskola	688 67 48 43

Haztegi ikastola	943 73 10 97
Olamendi eskola (Domingo Agirre)	943 89 91 74
Haurreskola Itxaropen	943 73 37 78
San Juan	943 73 04 34
Olamendi institutua (Olazabal)	943 89 92 13
Helduen Hezkuntza	943 73 08 11
Gipuzkoako Urak	943 00 22 22
Sasieta Mankomunitatea	943 16 15 55
Kontsumo bulegoa	943 72 42 79
UGGASA Urola Garaiko Garapen Agentzia	943 72 58 29
Berdintasuna	943 25 23 89
Enplegua	943 25 00 98
Lenbur Fundazioa	943 73 18 95
Mirandaola Turismo bulegoa	943 73 04 28
Alkoholiko Anonimoak	943 24 84 74
Taxi geltokia	688 85 02 00
MUGI txartela	943 00 01 17
PESA autobusak	943 12 14 00
RENFE	902 24 02 02
Zauritutako animalia basatiak jasotzeko Foru-zerbitzua	943 11 20 75

2027

Utarrila

				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	

Otsaila

1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	

Martxoa

1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31					

Apirila

			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30			

Maiatza

					1	2	
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
²⁴ / ₃₁	25	26	27	28	29	30	

Ekaina

	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30					

Uztaila

			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

Abuztua

							1
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
²³ / ₃₀	²⁴ / ₃₁	25	26	27	28	29	

Agerria

	1	2	3	4	5		
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30				

Urria

		1	2	3			
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	

Azaroa

1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30						

Abendua

		1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			

www.legazpi.eus web orrian sartu
eta hilabeteko galdera erantzunez
50€ko bono-saria lor dezakezu

ERANTZUNAK

Atsedena
Kide
Konstantzia
Freskotasuna
Mugimenduak
Autoestimua
Askatasuna
Emozionala
Alaitasun
Harremanak
Lotura
Motibazioa



LegazpiON



LEGAZPIKO UDALA

www.legazpi.eus



2025 / Diseinua: **zuzen**

Argazkiak: Gorka Gómez, Josu Altzelai, Legazpi Udala

%100 berziklatutako papera

